13.058 Zemiakové placky so zelerom
100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
zemiaky	13,00	8,45	16,00	10,40	22,00	14,30	27,00	17,55
zeler	4,00	3,20	6,00	4,80	7,00	5,60	8,00	6,40
vajcia	32	1,60	35	1,75	45	2,25	55	2,75
mlieko	1,00	1,00	2,00	2,00	3,00	3,00	3,50	3,50
soľ	0,10	0,10	0,15	0,15	0,20	0,20	0,25	0,25
korenie čierne mleté			0,01	0,01	0,01	0,01	0,02	0,02
cesnak	0,10	0,09	0,10	0,09	0,15	0,13	0,15	0,13
múka polohrubá	2,00	2,00	2,50	2,50	3,00	3,00	4,00	4,00
strúhanka	0,20	0,20	0,30	0,30	0,40	0,40	0,60	0,60
olej	0,80	0,80	2,50	2,50	2,80	2,80	3,30	3,30
hmotnosť porcie v g	150		220		270		320	

Receptúra

Výrobný postup

Očistené zemiaky umyjeme, postrúhame, pridáme očistený, umytý, postrúhaný zeler, vajcia, mlieko, soľ, čierne mleté korenie, prelisovaný cesnak, múku a strúhanku. Lyžicou tvoríme placky, ktoré na rozohriatom oleji z oboch strán opekáme. Pre deti MŠ ich rozotrieme na vymastený pekáč a upečieme. Povrch jemne pomastíme.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	1159	278	6,51	10,3	4,9	37,2	4,4	65,1	1,7	0,047	0,1	0,1	15,8	1,5
B	2016	484	8,21	27,7	15,3	47,5	5,7	95,7	2,1	0,053	0,1	0,2	20,1	1,9
C	2447	587	10,62	31,5	17,2	61,3	7,4	125,6	2,8	0,069	0,2	0,2	26,9	2,6
D	3004	721	13,29	37,3	20,2	78,0	9,0	149,6	3,4	0,084	0,2	0,3	32,6	3,2